సాక్షి
తూర్పుగోదావరి

ఆదివారం । 24 । మార్చి । 2024



అన్నదాన భవనానికి రూ.లక్ష

ఆత్రేయపురం: వాడపల్లి వేంకటేశ్వరస్వామి క్షేత్రంలో అన్నదాన భవన నిర్మాణానికి సాగి రాజు సూర్యతేజ (ఆత్రేయపురం) శనివారం రూ.1,01,116 విరాళం సమర్పించారు.



రూ.లక్ష విరాళం

మామిడికుదురు: అప్పనపల్లి బాలబాలాజీ స్వామి నిత్యాన్నదానం ట్రస్టుకు కోన వీరవెంకట మునేశ్వరరావు, సత్యవతి దంపతులు (తణుకు) శనివారం రూ.1,00,116 విరాళం అందించారు.

రంజాన్ వేళలు

	ఇఫ్తార్ ఆది (సా॥)	సెహరీ సోమ (ఉ॥)
రాజమహేంద్రవరం	6.23	4.42
కాకినాడ	6.24	4.42
అమలాపురం	6.23	4.42

న్యూస్‌రీల్

అక్రమ మద్యంపై కఠిన చర్యలు

- బార్లు, వైన్ షాపులు ఎన్నికల నిబంధనలు పాటించాలి
- ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ శ్రీలత



వై.శ్రీలత

రాజమహేంద్రవరం రూరల్: అక్రమంగా మద్యం విక్రయించే వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని జిల్లా ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ వై.శ్రీలత హెచ్చరించారు. ఎన్నికల ప్రవర్తనా నియమావళి అమలు నేపథ్యంలో శనివారం ఆమె 'సాక్షి'తో మాట్లాడారు. జీఓ నంబర్ 310 ప్రకారం ఒక వ్యక్తికి మూడు మద్యం సీసాలు (క్వార్టర్, ఫుల్స్) మాత్రమే విక్రయించాలని, అంతకంటే ఎక్కువ విక్రయించినా, తరలించినా కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. జిల్లాలో ఎన్నికల కోడ్ అమలులో ఉందని, ప్రభుత్వ మద్యం షాపుల్లో పని చేసే సూపర్‌వైజర్లు, సేల్స్‌మన్లు ఎన్నికల నిబంధనలు తప్పనిసరిగా పాటించాలని ఆదేశించారు. ఎవరైనా నిబంధనలను విరుద్ధంగా వ్యవహరిస్తే ఉద్యోగం నుంచి తక్షణమే తొలగిస్తామని హెచ్చరించారు. ప్రభుత్వ మద్యం షాపుల్లో ఉదయం 11 నుంచి రాత్రి 9 గంటల వరకూ మాత్రమే విక్రయాలు జరపాలని, అమ్మకాలు లావాదేవీలు చూసుకునేందుకు అదనంగా సమయం ఉంటుందని చెప్పారు. నిర్ణీత సమయం దాటిన తర్వాత విక్రయిస్తే శాఖాపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని శ్రీలత స్పష్టం చేశారు. బార్ అండ్ రెస్టారెంట్లలో ఉదయం 11 నుంచి రాత్రి 11 గంటల వరకూ మద్యం విక్రయాలు జరపాలన్నారు. ఆహారానికి అదనంగా మరో గంట సమయం ఉంటుందని, ఆ సమయంలో మద్యం విక్రయించినట్లు తెలిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. మద్యం షాపుల్లో పని చేసే ఉద్యోగులు రాజకీయ ప్రచారాలు, ప్రసంగాలు చేయకూడదని, అలా చేశారని తమ దృష్టికి వస్తే చర్యలు తీసుకుంటామని అన్నారు. జిల్లాలో ఎక్కడైనా బెల్ట్‌షాపుల ద్వారా మద్యం విక్రయాలు జరిగితే, ఎక్సైజ్ అధికారులకు స్థానికులు సమాచారం అందించాలని కోరారు. వారి వివరాలు గోప్యంగా ఉంచుతామని శ్రీలత తెలిపారు.

ఉచిత ప్రవేశాల గడువు 31 వరకు పెంపు

కంబాలచెరువు (రాజమహేంద్రవరం): జిల్లాలోని అన్ని ప్రైవేటు పాఠశాలల్లో 25 శాతం ఉచిత ప్రవేశాలకు దరఖాస్తు గడువును ఈ నెల 31వ తేదీ వరకూ తేదీ పెంచామని డిప్యూటీ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఆఫ్ స్కూల్స్ బి.దిలీప్‌కుమార్ శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. వాస్తవానికి ఈ గడువు ఈ నెల 25తో ముగియనుండగా.. అధిక సంఖ్యలో విద్యార్థులకు అవకాశం కల్పించాలనే ఉద్దేశంతో దీనిని పెంచారని వివరించారు. విద్యార్థులు తమ నివాసానికి సమీపంలో ఉన్న ఐబీ, సీబీఎస్‌ఈ, ఈసీఎస్‌ఈ, స్టేట్ సిలబస్ అనుసరిస్తున్న అన్ని ప్రైవేటు అన్ఎయిడెడ్ పాఠశాలల్లో ప్రవేశం పొందవచ్చన్నారు. శనివారం నాటికి 47,082 మంది రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోగా, 36,457 మంది పాఠశాలలను ఎంపిక చేసుకున్నారన్నారు. ఆసక్తి ఉన్న వారు సీఎస్‌ఈ.ఏపీ.జీఓవీ.ఇన్ వెబ్‌సైట్, స్థానిక సచివాలయం, ఎంఈఓ కార్యాలయం లేదా మీసేవా కేంద్రాల ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని వివరించారు. వివరాలకు కార్యాలయ పని వేళల్లో సమగ్ర శిక్షా పాఠశాల విద్యా శాఖను టోల్ ఫ్రీ నంబర్ 1800 425 8599లో సంప్రదించవచ్చని దిలీప్‌కుమార్ సూచించారు.



ఎంపీ సీటు ఇస్తామంటూ తొలి నుంచీ ఆశ పెట్టారు. పార్టీ కార్యక్రమాలకు కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేయించేశారు. బలి తీసుకునే వాడినే గొర్రె నమ్ముతుందన్నట్టు.. చంద్రన్న మాటలు నమ్మిన ఆ వ్యాపారవేత్త.. ఆయన బుట్టలో పడ్డారు. బాబుగారు చెప్పినట్టల్లా తలాడించారు. సీన్ కట్ చేస్తే.. చివరాఖరుకు చంద్రన్న ఖాతాలో మరో కరివేపాకుగా మారారు. అవసరానికి వాడుకోవడం.. ఆనక విసిరి పారేయడంలో ఆరితేరిన చంద్రబాబు చేతిలో.. టీడీపీ నుంచి కాకినాడ ఎంపీ టికెట్టు ఆశించిన సానా సతీష్.. రాజకీయంగా ఖర్చయిపోయారు.

- కాకినాడ ఎంపీ సీటు ఇస్తామంటూ ఊరించిన చంద్రన్న
- నమ్మి రూ.కోట్లు ఖర్చు చేసిన సతీష్
- ఇప్పుడు జనసేన నేతకు అప్పగించేందుకు యత్నాలు
- బాబు, పవన్‌ల దెబ్బకు మరో వికెట్ ఫట్

- 'టీ టైమ్' దెబ్బకు 'సానా' ఔట్

ఆశ పెట్టి.. జెల్ల కొట్టి..

సాక్షి ప్రతినిధి, కాకినాడ: టీడీపీ, జనసేన పార్టీల్లో ఆశావహులను అయిన కాడికి వాడేసుకుని ఆనక కరివేపాకుల్లా తీసిపారేస్తున్నారు. ఎన్నికల్లో సీట్లు ఇస్తామంటూ ఆశలు కల్పించి, పార్టీ కార్యక్రమాల కోసం లక్షల రూపాయలు ఖర్చు పెట్టించేస్తున్నారు. ఇక్కడ కాకపోతే ఇంకో సీటు వచ్చేస్తుందనే గంపెడాశతో ఆశావహులు కూడా భారీగానే చేతిచమురు వదిలించేసుకుంటున్నారు. ఈ తతంగమంతా పూర్తయి.. అభ్యర్థుల ప్రకటన దగ్గరకు వచ్చేసరికి లక్షల రూపాయలు ఖర్చు చేసుకున్న వారిని అధినేతలు బకరాలను చేసేస్తున్నారు. వారికి మాటమాత్రంగానైనా చెప్పకుండా వేరేవారికి సీట్లు అప్పగించేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే టీడీపీ నుంచి కాకినాడ ఎంపీ సీటు ఆశించిన సానా సతీష్‌ను రాజకీయంగా బలి తీసుకున్నారని ఆ పార్టీలోని సీనియర్లు చెవులు కొరుక్కుంటున్నారు.

పవన్ ప్రకటనతో..

పిఠాపురం నుంచి తాను, కాకినాడ లోక్‌సభ స్థానం నుంచి టీ టైమ్ అధినేత తంగెళ్ల ఉదయ్ శ్రీనివాస్ పోటీ చేస్తామని జనసేన అధినేత పవన్ కల్యాణ్ ఇటీవల ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. ఒకవేళ తనను ఎంపీగా పోటీ చేయాలని బీజేపీ అగ్రనేత అమిత్‌షా వంటి వారు ఒత్తిడి తెస్తే తాను, ఉదయ్ శ్రీనివాస్ తమ స్థానాలను మార్చుకుంటామని మళ్లీ కొద్ది రోజుల్లోనే చెప్పారు. దీనిపై అటు పిఠాపురం టీడీపీలో మాజీ ఎమ్మెల్యే ఎస్‌వీఎస్‌ఎన్ వర్మ, ఆయన అనుచరులు మాటల మంటలు రేపుతూండగా.. ఇటు తనకు టీడీపీ నుంచి సానా సతీష్‌కు ఎంపీ సీటు గల్లంతైనే విషయం స్పష్టమైంది. టీ టైమ్ దెబ్బకు సానా సతీష్ టికెట్టు గోవిందా అయినట్టేనని రాజకీయ విశ్లేషకులు అంటున్నారు.

మాటవరసకైనా చెప్పకుండా..

కాకినాడకు చెందిన సానా సతీష్ ఏపీ ఈపీడీసీఎల్‌లో పని చేస్తూ.. ఆ ఉద్యోగానికి స్వస్తి చెప్పి, మద్యం తదితర వ్యాపారాల్లో ఉన్నారు. ఆయనపై చంద్రబాబు వల వేశారు. కాకినాడ ఎంపీ సీటు ఇస్తామంటూ ఊరించారు. ఆయన మాటలు నమ్మిన సతీష్.. విపక్ష కూటమిలో ఎవరికి అవకాశం వచ్చినా కాకినాడ లోక్‌సభ స్థానం నుంచి పోటీలో ఉండేది తానేనని ప్రచారం చేపట్టారు. జిల్లాలోని ఏడు అసెంబ్లీ సెగ్మెంట్లలో పోస్టర్లు, స్టిక్కర్లతో తన అనుచరుల ద్వారా విస్తృత ప్రచారం చేశారు. వాస్తవానికి టీడీపీ, జనసేన పొత్తులు తేలడానికి ఆరు నెలల ముందు నుంచే సతీష్ రూ.కోట్లు తగలేసుకున్నారని అంటున్నారు. చంద్రబాబు, పవన్ కల్యాణ్‌లు జిల్లా పర్యటనలకు వచ్చిన సందర్భంలో ఆయా కార్యక్రమాలకు లక్షల రూపాయలు ఖర్చు చేశారు. ఇంత చేసినా చివరకు సతీష్ ఆశలకు గండి కొట్టారని ఆయన వర్గీయులు తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇరు పార్టీలూ ఒకే రకమైన పంథాలో తమను అవసరానికి వాడేసుకుని, సీట్లు ఇవ్వాల్సి వచ్చేసరికి కరివేపాకులను చేశారని తీవ్ర అసంతృప్తితో రగిలిపోతున్నారు. తనకు సీటు ఎందుకు ఇవ్వడం లేదో కనీసం మాటవరసకైనా పిలిచి చెబుతారని సతీష్ ఆశించారు. కానీ, అలా జరగకపోవడాన్ని ఆయన వర్గం అవమానంగా భావిస్తోంది. ఎక్కడో తూర్పు గోదావరి జిల్లా కడియం మండలానికి చెందిన తంగెళ్ల ఉదయ్ శ్రీనివాస్‌కు ఎటువంటి సంబంధమూ లేని కాకినాడ ఎంపీ సీటు కేటాయించడం అవివేకమే అవుతుందని అంటున్నారు. ఆయన కోసం తామెందుకు త్యాగాలు చేయాలని వారు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఈ సీటును హఠాత్తుగా జనసేనకు కట్టబెట్టేస్తే ఇంత కాలం ఇరు పార్టీల కోసం పని చేసిన సతీష్ వంటి వారు ఏమైపోతారని ప్రశ్నిస్తున్నారు. వ్యాపారాలన్నీ పక్కన పెట్టేసి, అనుచరగణాన్ని అంతా కాకినాడలో మకాం చేయించి, గడచిన ఆరు నెలలుగా టీడీపీ ప్రచారం పెద్ద ఎత్తున చేపట్టిన తనకు సీటు సితార చేసేసి, తగిన బహుమతే ఇచ్చారని ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. త్యాగం పేరుతో తనను దూరం పెట్టడం బాధిస్తోందంటున్న సతీష్ వర్గీయులు.. త్వరలోనే ఒక నిర్ణయం తీసుకుంటామని చెబుతున్నారు.

స్వామీ.. నీ దయ రాదా!

- మండుతున్న ఎండలు
- సత్యదేవుని సన్నిధిలో కానరాని ఉపశమన చర్యలు
- ఇంకా ఏర్పాటు కాని గ్రీన్ షేడ్
- కానరాని మజ్జిగ పంపిణీ
- భక్తులకు తప్పని ఇబ్బందులు
- స్పందించాలని అధికారులకు వినతులు



ఎండకు తాళలేక పశ్చిమ రాజగోపురం ముందున్న షామియానాలో సేద తీరుతున్న భక్తులు

ఆలయ ప్రాకారంలో వ్రత మండపాల వైపు కానరాని కార్పెట్, గ్రీన్ షేడ్ నెట్

అన్నవరం: ప్రస్తుతం శిశిర రుతువు. ఫాల్గుణ మాసం సగం రోజులైంది. తర్వాత రెండు మాసాలు వసంతం .. ఆపై ఎండలు మండిపోయే గ్రీష్మం ప్రారంభమవుతుంది. కానీ, ఇప్పుడే గ్రీష్మ రుతువు వచ్చేసిందా అన్నట్టుగా అన్నవరం కొండ అగ్నిగుండాన్ని తలపిస్తోంది. ప్రస్తుతం 32 డిగ్రీలకు కాస్త అటూ ఇటుగానే ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతున్నా.. ఇటీవలి వర్షాలకు గాలిలో తేమ శాతం పెరగడంతో తీవ్రమైన ఉక్కపోత వాతావరణం నెలకొంది. ఉదయం పది గంటలు దాటితే చాలు.. తాళలేని స్థాయిలో ఎండ తీవ్రత పెరిగిపోతోంది. ఈ పరిస్థితుల్లో భక్తవరదుడైన అన్నవరం శ్రీ వీర వేంకట సత్యనారాయణస్వామివారిని దర్శించుకునేందుకు వస్తున్న భక్తులు ఆపసోపాలు పడుతున్నారు. తమ కష్టాలు తీర్చాలని స్వామిని కోరుకునేందుకు కొండకు వస్తే.. ఇక్కడ కొండంత కొత్త సమస్య ఎదురవడంతో నానా ఇబ్బందులూ పడుతున్నారు. 'స్వామీ.. నీ దయ రాదా' అంటూ తమ కష్టాలతో పాటు కొండపై ఎండ బాధలు కూడా తప్పించాలంటూ సత్యదేవుని ప్రార్థిస్తున్నారు. ఈ సమస్య నుంచి తమకు విముక్తి కలిగించాలని అటు ఆలయ అధికారులను కూడా వేడుకుంటున్నారు.

ఇవీ సమస్యలు

- ఆలయ ప్రాకారంలో భక్తులకు నీడనిచ్చేందుకు గతంలో గ్రీన్ షేడ్‌నెట్ అమర్చారు. ఇది సుమారు 12 అడుగుల ఎత్తులో ఉండేది. దీనివలన భక్తులకు ఎండ నుంచి కాస్త ఉపశమనం లభించేది. అయితే స్వామివారి రథ సేవ కోసం ఇటీవల చిన్న టేకు రథం చేయించారు. ఈ రథం కలశం గ్రీన్ షేడ్ నెట్‌కు తగులుతూండటంతో రథ సేవ సజావుగా జరిగేందుకు వీలుగా దానిని సుమారు నెల రోజుల కిందట తొలగించారు. గ్రీన్ షేడ్ స్తంభాలను మరింత ఎత్తు చేసి, మళ్లీ గ్రీన్ షేడ్ నెట్ వేయాలని ఆ సందర్భంగా ఈఓ ఆదేశించారు. రోజులు గడుస్తున్నా ఇప్పటికీ ఆ పని పూర్తి చేయలేదు. అయినప్పటికీ అధికారులు పట్టించుకోవడం లేదు.
- రత్నగిరిపై సత్యదేవుని ఆలయ ప్రాంగణమంతా రాళ్లు పరచి ఉంటుంది. కాస్తంత ఎండ కాస్తే చాలు.. ఈ రాళ్లు వేడెక్కిపోతున్నాయి. వాటిపై నడిచే భక్తులు కాళ్లు బొబ్బలెక్కిపోతున్నాయంటూ గగ్గోలు పెడుతున్నారు. ఆలయ ప్రాకారంలో నిత్య కల్యాణ మండపం వైపు కొంత మేర కాళ్లు కాలకుండా కార్పెట్ వేశారు. రెండోవైపు వ్రత మండపాలు ఉన్నచోట అది కూడా లేదు. దీంతో భక్తులు ఆ ప్రాకారంలో నడవడానికి చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.
- దేవస్థానంలో కొన్నిచోట్ల భక్తుల కోసం షామియానాలు వేయించారు. చలువ పందిళ్లు వేసే కార్యక్రమం ఇప్పుడే మొదలైంది. ఇంకో వారం రోజులకు గానీ ఇవి పూర్తయ్యే పరిస్థితి లేదు. ఆలయ ప్రాకారంలో ప్రతి భక్తుడూ తప్పనిసరిగా నడవాల్సిన పరిస్థితి. వెంటనే ఈ ప్రాకారంలో గ్రీన్ షేడ్ వేయించాలని భక్తులు కోరుతున్నారు.



నిత్య కల్యాణ మండపం వైపు ప్రాకారంలో కొంత మేర మాత్రమే వేసిన కార్పెట్



గత ఏడాది మజ్జిగ పంపిణీ చేస్తున్న సిబ్బంది (ఫైల్)

మజ్జిగ పంపిణీ ఎప్పుడో!

ఏటా వేసవి ప్రారంభంలోనే మార్చి నెలలో భక్తుల కోసం దేవస్థానం మజ్జిగ పంపిణీని ప్రారంభించేది. పశ్చిమ రాజగోపురం ఎదురుగా, రామాలయం ఎదురుగా ఉన్న సర్క్యులర్ మండపంలో మజ్జిగ పంపిణీ చేసేవారు. కరివేపాకు, అల్లం కలిపిన మజ్జిగ తాగి భక్తులు ఉష్ణతాపం నుంచి సేద తీరేవారు. గత ఏడాది మార్చి 19వ తేదీ నుంచి మజ్జిగ పంపిణీ ప్రారంభించారు. ఈ ఏడాది మార్చి 23వ తేదీ వచ్చేసినా ఇంతవరకూ ఆ ఊసే మరిచారు. వెంటనే మజ్జిగ పంపిణీ ప్రారంభించాలని భక్తులు కోరుతున్నారు.

వేసవిలో తాగునీటి ఎద్దడికి చెక్

- 51 నివాస ప్రాంతాల్లో ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు
- కలెక్టర్ మాధవీలత



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న కలెక్టర్ మాధవీలత

రాజమహేంద్రవరం సిటీ: ఈ వేసవిలో తాగునీటి ఇబ్బందులకు చెక్ పెట్టేందుకు ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని కలెక్టర్ కె.మాధవీలత తెలిపారు. సంబంధిత అధికారులతో కలెక్టరేట్‌లో శనివారం నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో ఆమె మాట్లాడారు. జిల్లాలోని కోరుకొండ, గోకవరం, సీతానగరం, రాజానగరం, గోపాలపురం, రంగంపేటల్లోని మెరక ప్రాంతాలపై ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించామని చెప్పారు. 51 నివాస ప్రాంతాల్లో రూ.6.12 లక్షలతో ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామన్నారు. ఉపాధి హామీ పథకంలో ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరంలో 52 లక్షల పని దినాలకు గానూ సుమారు 49 లక్షల పనిదినాలు సాధించామని తెలిపారు. 5,955 కుటుంబాలకు 100 రోజులు పైబడి ఉపాధి కల్పించామని, 81 నుంచి 99 రోజుల పనిదినాలు కల్పించిన కుటుంబాలు 15,613 ఉన్నాయని వివరించారు. ఉపాధి హామీ పథకం కింద పనిదినాల లక్ష్యాలను సాధించేందుకు రూట్ మ్యాప్ అమలు చేస్తున్నామని చెప్పారు. జిల్లాలో రబీ వరి కోతలు ప్రారంభమయ్యాయని, మే రెండో వారం వరకూ ఇవి జరుగుతాయని కలెక్టర్ తెలిపారు. సమావేశంలో ఆర్‌డబ్ల్యూఎస్ ఎస్‌ఈ డి.బాలశంకరరావు, డ్వామా పీడీ ఎ.ముఖలింగం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిర్మలగిరికి భక్తుల తాకిడి

దేవరపల్లి: గౌరీపట్నంలోని ప్రముఖ క్రైస్తవ దేవాలయం నిర్మలగిరి పుణ్యక్షేత్రం క్రీస్తు ప్రార్థనలతో మార్మోగుతోంది. మేరీమాత మహోత్సవాల సందర్భంగా శనివారం జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన పలువురు ఫాదర్లు దివ్యబలి పూజలు, జపమాల, పవిత్రాత్మ ప్రార్థనలు నిర్వహించారు. మరియ తల్లి స్వరూపం వద్ద భక్తులు కొబ్బరి కాయలు కొట్టి, తలనీలాలు సమర్పించి, మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. భక్తుల తాకిడి రెండో రోజు స్వల్పంగా పెరిగింది. సాయంత్రం 6 గంటల నుంచి భక్తుల రాక ప్రారంభమై, రాత్రి 12 గంటల వరకూ కొనసాగుతోంది. పగటి పూట ఎండ తీవ్రతకు భక్తుల రాక తక్కువగా ఉంటోంది. పుణ్యక్షేత్రంలో అడుగడుగునా సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేశారు. అవుట్‌పోస్టు పోలీస్ స్టేషన్ ఏర్పాటు చేసి, కొవ్వూరు డీఎస్పీ సీహెచ్ రామారావు, సీఐ పి.బాలసురేష్ బాబు పర్యవేక్షణలో ఎస్సై కె.శ్రీహరిరావు బందోబస్తు నిర్వహిస్తున్నారు. ఉత్సవాలను పుణ్యక్షేత్రం డైరెక్టర్ రెవరెండ్ ఫాదర్ ఎస్.జాన్‌పీటర్ పర్యవేక్షిస్తున్నారు. భక్తులకు అవసరమైన సౌకర్యాలు కల్పించారు.



మరియ తల్లి స్వరూపం వద్ద ప్రార్థనలు చేస్తున్న భక్తులు



విద్యుద్దీప కాంతులతో మెట్ల మార్గం



ఆకట్టుకుంటున్న మరియ తల్లి స్వరూపం మండపం

28 నుంచి వైకల్య నిర్ధారణ శిబిరాలు

కంబాలచెరువు (రాజమహేంద్రవరం): ఈ నెల 28వ తేదీ నుంచి జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాల్లో దివ్యాంగులకు వైకల్య నిర్ధారణ శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు సమగ్ర శిక్షా జిల్లా అడిషనల్ ప్రాజెక్ట్ కో ఆర్డినేటర్ ఎస్.సుభాషిణి శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ శిబిరాలకు హాజరయ్యే పిల్లలకు ఉచిత భోజన, రవాణా ఖర్చులు ఇస్తారని తెలిపారు. వైకల్య నిర్ధారణ అనంతరం అర్హులైన వారందరికీ ఉపకరణాలు అందజేస్తారని పేర్కొన్నారు. నల్లజర్ల, గోపాలపురం, దేవరపల్లి, కొవ్వూరు మండలాల ప్రజలకు ఈ నెల 28న కొవ్వూరు ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో; రాజమహేంద్రవరం అర్బన్, రూరల్, కడియం, అనపర్తి, బిక్కవోలు ప్రాంతాల వారికి 30వ తేదీన రాజమహేంద్రవరం ఎస్‌కేవీటీ ఉన్నత పాఠశాలలో; పెరవలి, ఉండ్రాజవరం, చాగల్లు, నిడదవోలు ప్రాంతాల ప్రజలకు వచ్చే నెల ఒకటో తేదీన నిడదవోలు ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో; సీతానగరం, రాజానగరం, గోకవరం, రంగంపేట, కోరుకొండ మండలాల వారికి వచ్చే నెల మూడో తేదీన కోరుకొండ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో వైకల్య నిర్ధారణ శిబిరాలు నిర్వహిస్తామని సుభాషిణి వివరించారు.

ఎన్నికల ఫిర్యాదులకు టోల్ ఫ్రీ నంబర్

రాజమహేంద్రవరం సిటీ: ఎన్నికలకు సంబంధించిన ఫిర్యాదుల నమోదుకు కలెక్టరేట్‌లో 1800 425 2540 టోల్ ఫ్రీ నంబర్ ఏర్పాటు చేశామని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, కలెక్టర్ కె.మాధవీలత తెలిపారు. ఇది 24 గంటలూ అందుబాటులో ఉంటుందన్నారు. అలాగే, ఎన్నికల కమిషన్ టోల్ ఫ్రీ నంబర్ 1950 కూడా అందుబాటులో ఉంటుందన్నారు. గుర్తింపు పొందిన రాజకీయ పార్టీలతో కలెక్టరేట్‌లో గురువారం ఆమె సమావేశమై, సమస్యల పరిష్కారానికి జిల్లా స్థాయి కమిటీ ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, ఎన్నికలు స్నేహపూర్వక వాతావరణంలో జరిగేలా సహాయ సహకారాలు అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఎన్నికల కోడ్ ఉల్లంఘనకు సంబంధించిన అంశాలపై చర్చించి, వాటి పరిష్కారానికి కమిటీ సభ్యులు సూచనలు చేయాలని చెప్పారు. ఈ కమిటీలో ఏడు జాతీయ, రాష్ట్ర రాజకీయ పార్టీల వారిని సభ్యులుగా నియమించామని, మెంబర్ కన్వీనర్‌గా రుడా వైస్ చైర్మన్ బి.బాలస్వామి వ్యవహరిస్తారని తెలిపారు. ఎటువంటి ప్రచారం నిర్వహించినా ఎన్ కోర్ యాప్ ద్వారా అనుమతులకు దరఖాస్తు చేసుకోవాలన్నారు. ర్యాలీల నిర్వహణ సమయంలో కనీస దూరం పాటించాలని, గోడలపై ఎటువంటి రాతలు రాయకూడదని స్పష్టం చేశారు. ఎన్నికల ప్రక్రియ ముగిసే వరకూ ప్రకృతి విపత్తులు, ఇతర అత్యవసర పరిస్థితుల్లో కమిటీ సమావేశం నిర్వహించి, సభ్యుల అభిప్రాయాల మేరకు నిర్ణయం తీసుకుంటామని తెలిపారు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఏ ఒక్కరూ ఎన్నికల నియమావళి ఉల్లంఘనకు పాల్పడవద్దని కలెక్టర్ విజ్ఞప్తి చేశారు.

జిల్లావ్యాప్తంగా పలు కేసులు

ఎన్నికల ప్రవర్తన నియమావళి ఉల్లంఘనకు సంబంధించి పలు కేసులు నమోదు చేశామని కలెక్టర్ మాధవీలత తెలిపారు. సీ-విజిల్ యాప్ ద్వారా అందిన 151 ఫిర్యాదులపై 100 నిమిషాల్లో చర్యలు చేపట్టామన్నారు. అనపర్తిలో 44, గోపాలపురం 20, కొవ్వూరు 10, నిడదవోలు 12, రాజమహేంద్రవరం సిటీ 30, రూరల్ 31, రాజానగరం 4, ఎక్సైజ్‌కు సంబంధించి 13 చొప్పున కేసులు నమోదు చేశామని వివరించారు. జిల్లాలో 236 ఆయుధాలకు లైసెన్స్ ఇవ్వగా, వీటిలో 177 మంది తమ ఆయుధాలను అప్పగించారని తెలిపారు.

8,970 క్యూసెక్కుల నీరు విడుదల

ధవళేశ్వరం: కాటన్ బ్యారేజీ నుంచి గోదావరి డెల్టా కాలువలకు శనివారం 8,970 క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేశారు. ఇందులో తూర్పు డెల్టాకు 2,650, మధ్య డెల్టాకు 1,720, పశ్చిమ డెల్టాకు 4,600 క్యూసెక్కులు వదిలారు. బ్యారేజీ వద్ద నీటిమట్టం 9.35 అడుగులుగా నమోదైంది.

హుండీ ఆదాయం రూ.51 వేలు

పెదపూడి: పుట్టకొండ శ్రీ లక్ష్మీనరసింహస్వామి వారికి రెండు నెలలకు హుండీ ద్వారా రూ.51,112 ఆదాయం సమకూరిందని ఆలయ ఈఓ సీహెచ్ వెంకట రమణమూర్తి తెలిపారు. దేవదాయ, ధర్మదాయ శాఖ ప్రత్యేక అధికారి డి.శ్రీనివాస్ పర్యవేక్షణలో ఆలయంలో హుండీ ఆదాయం లెక్కింపు శనివారం నిర్వహించారు. జనవరి 23 నుంచి ఈ నెల 23 వరకూ హుండీ ఆదాయం లెక్కించామని వెంకట రమణమూర్తి తెలిపారు. కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ వల్లు వెంకటరమణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్లుప్తంగా

బిడ్డతో తల్లి ఆత్మహత్యాయత్నం

- అడ్డుకున్న రైల్వే పోలీసులు
- భర్త, తల్లిదండ్రులకు అప్పగింత



రాణిని భర్త సంతోష్‌కు అప్పగిస్తున్న రైల్వే పోలీసులు

తుని: భర్తతో తరచూ తగాదాలతో విరక్తి చెందిన భార్య కుమారుడితో కలిసి ఆత్మహత్యకు పాల్పడుతున్న సమయంలో విధి నిర్వహణలో ఉన్న రైల్వే పోలీసులు వారి ప్రాణాలను కాపాడారు. శనివారం జరిగిన సంఘటనకు సంబంధించి జీఆర్పీ ఎస్సై ఎస్‌కే అబ్దుల్ మారూఫ్ తెలిపిన వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. తుని పట్టణం రామకృష్ణాకాలనీకి చెందిన దాసరి రాణి, తన నాలుగేళ్ల కుమారుడిని తీసుకుని రైల్వేస్టేషన్‌కు వచ్చింది. కొద్దిసేపు ఫ్లాట్‌ఫాంపై ఉండి రైలు వస్తున్న సమయంలో కుమారుడితో సహా పట్టాలపై నిలిబడి ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడింది. అదే సమయంలో జీఆర్పీ హెడ్ కానిస్టేబుళ్లు శ్రీనివాస్, మోహనరావు వారిని కాపాడి పోలీస్‌స్టేషన్‌కు తీసుకువెళ్లారు. అనంతరం భర్త దాసరి సంతోష్, రాణి తల్లిదండ్రులను పిలిపించి కౌన్సెలింగ్ ఇచ్చి వారికి అప్పగించినట్టు ఎస్సై తెలిపారు.

ప్రశాంతంగా ఫిజికల్ సైన్స్ పరీక్ష

బాలాజీచెరువు: పదో తరగతి పబ్లిక్ పరీక్ష శనివారం ఫిజికల్ సైన్స్ జిల్లా వ్యాప్తంగా ప్రశాంతంగా జరిగింది. పరీక్షకు 30,203 మంది హాజరుకావాల్సి ఉండగా 29,085 మంది హాజరయ్యారు. జిల్లా పరిశీలకులు ఐదు కేంద్రాలను, డీఈఓ మూడు కేంద్రాలు తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఆదివారం, సోమవారం పరీక్షలకు సెలవు నేపథ్యంలో మంగళవారం జీవశాస్త్రం పరీక్ష నిర్వహిస్తామని జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి డీఈఓ పిల్లి రమేష్ తెలిపారు.

జగన్‌ను సీఎం చేయడమే లక్ష్యం

- కుటుంబ సభ్యుడిగా ఆయన విజయానికి కృషి చేయాలి
- మాజీ మంత్రి, కాపు ఉద్యమనేత ముద్రగడ
- భారీగా తరలివస్తున్న పిఠాపురం నియోజకవర్గం నాయకులు, కార్యకర్తలు



కిర్లంపూడిలోని ముద్రగడ నివాసంలో సమావేశమైన ఉప్పాడ కొత్తపల్లి మండల నాయకులు

కిర్లంపూడి: వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డిని రానున్న ఎన్నికల్లో ముఖ్యమంత్రిని చేయడమే ప్రధాన లక్ష్యంగా నాయకులు, కార్యకర్తలు పనిచేయాలని మాజీ మంత్రి, కాపు ఉద్యమనేత, వైఎస్సార్ సీపీ నేత ముద్రగడ పద్మనాభం అన్నారు. పిఠాపురం నియోజకవర్గం ఉప్పాడ కొత్తపల్లి మండలం నుంచి వడిశెట్టి నారాయణరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో సర్పంచులు, ఎంపీటీసీలు, వైస్ ఎంపీపీలు, పలువురు నాయకులు సుమారు 100 మంది శనివారం కిర్లంపూడిలోని ముద్రగడ స్వగృహానికి వచ్చి ఆయనను మర్యాద పూర్వకంగా కలిశారు. మండలంలోని రాజకీయ పరిస్థితులను ముద్రగడకు వివరించారు. రానున్న ఎన్నికల్లో పార్టీ విజయానికి తీసుకోవలసిన చర్యలపై వారికి ముద్రగడ దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ముద్రగడ మాట్లాడుతూ వచ్చే ఎన్నికల్లో తమలో ఒకరిపై ఒకరికి భేదాభిప్రాయాలు తలెత్తకుండా కలిసికట్టుగా పార్టీ విజయానికి కృషి చేయాలన్నారు. సీఎం జగన్‌ను మన కుటుంబంలో వ్యక్తిగా భావించి ఆయన విజయానికి శక్తి వంచనలేకుండా ప్రతి ఒక్కరు కృషి చేయాలన్నారు. సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి లాంటి నాయకుడు అధికారంలోకి వస్తేనే నిరుపేదలకు మరిన్ని సంక్షేమ పథకాలు అందుతాయన్నారు. ఎంపీపీ మాదిరెడ్డి దొరబాబు, సర్పంచ్‌లు గౌరీ రాజేశ్వరి, రిబ్కా, కాజులూరి అమ్మాజీ, చిన్నా, పాలిని దొరబాబు, ఎంపీటీసీ చింతపల్లి లక్ష్మి, వడ్డి నాగమణి, మాతా విజయకుమారి, రైతు సంఘం ప్రెసిడెంట్ శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, మేడె సూర్యప్రకాశ్‌రెడ్డి, సుధారాణి, లోవలక్ష్మి, కూనిశెట్టి నీలారెడ్డి తదితరులు ఉన్నారు. అలాగే పిఠాపురం కౌన్సిలర్ తలిశెట్టి వెంకటేశ్వరరావు, వైస్ చైర్మన్‌లు పశ్చిమల జ్యోతి, కొత్తపల్లి బుజ్జి, సోమరౌతు లలిత, మటం లోవరాజు తదితరులు ముద్రగడను మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు.

తలుపులు పగులగొట్టి చోరీ

- రూ.2 లక్షల నగదు..
- రూ.4.32 లక్షల విలువైన 72 గ్రాముల బంగారం అపహరణ



చోరీ జరిగిన ఇంట్లో పరిశీలిస్తున్న ఎస్సై అశోక్

కొత్తపేట: స్థానికంగా ఒక ఇంట్లో ఎవరూ లేకపోవడాన్ని ఆసరాగా చేసుకుని గుర్తు తెలియని దుండగులు ఆ ఇంటి తలుపులు పగులకొట్టి బంగారం వస్తువులు, నగదు చోరీ చేశారు. స్థానిక న్యూ బ్యాంక్ కాలనీలో బొరుసువారి సావరం విజయకనకదుర్గాదేవి ఆలయ పునఃనిర్మాణకర్త బొరుసు వెంకట ఉదయభాస్కర్‌కు చెందిన ఇంట్లో ఈ చోరీ జరిగింది. పోలీసులు, స్థానికులు, ఇంటి యజమాని, బంధువులు తెలిపిన వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. గురువారం రాత్రి లేదా శుక్రవారం రాత్రి ఈ చోరీ జరిగి ఉంటుందని భావిస్తున్నారు. ఉదయభాస్కర్ కుటుంబం హైదరాబాద్‌లో ఉండగా ఆయన తల్లి పూర్ణచంద్ర కళావతి ఈ ఇంట్లో ఉంటారు. ఆమెకు తోడుగా పనివాళ్లు ఉంటారు. అయితే సుమారు రెండు నెలల క్రితం ఆమెకు అనారోగ్యం రీత్యా హైదరాబాద్‌లో కుమారుని వద్ద ఉంటున్నారు. ఇంటి వద్ద రాత్రి ఒక పని మనిషి కాపలాగా పడుకుంటాడు. వారం రోజుల క్రితం అతను తన ఇంటికి శ్రీకాకుళం వెళ్లాడు. ప్రతీ రోజు ఉదయం పని మనిషి వచ్చి ఇంటి బయట శుభ్రం చేసి, మొక్కలకు నీళ్లు పోసి వెళ్తుంది. ఆమె కూడా తన బంధువుల ఇంట్లో పెళ్లికి వెళ్లడంతో శుక్రవారం పనికి రాలేదు. శనివారం ఉదయం 11 గంటల సమయంలో వచ్చి చూడగా కింద వీధి తలుపు, వెనుక తలుపు తీసి ఉన్నాయి. పై అంతస్తుకు వెళ్లి చూడగా ఆ తలుపు కూడా తీసి ఉంది. కానీ ఎవరూ లేరు. దానితో ఆమెకు కంగారు వచ్చి ఇంటి పక్కన, ఎదురుగా ఉన్న వారితో పాటు ఉదయభాస్కర్ సహాయకులు, గుమాస్తాలకు విషయం తెలిపింది. వారు వచ్చి చూడగా తలుపులు బలవంతంగా పగలకొట్టి చోరీకి పాల్పడినట్టు గుర్తించి హైదరాబాద్‌లో ఉన్న తమ యజమానికి, పోలీసులకు సమాచారం ఇచ్చారు. వెంటనే స్థానిక ఎస్సై ఎం.అశోక్ సిబ్బందితో వచ్చి పరిశీలించారు. కింది, పై అంతస్తుల్లో మొత్తం బీరువాలు తీసి వాటిలో వస్తువులు చిందరవందరగా పడేసి ఉన్నాయి. స్థానికులను విచారించగా బుధవారం రాత్రి, గురువారం రాత్రి గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు అనుమానాస్పదంగా సంచరించినట్టు తెలిపారు. రెండు రోజులు రెక్కీ జరిపి ఈ చోరీకి పాల్పడినట్టు పోలీసులు అనుమానిస్తున్నారు. కాకినాడ నుంచి క్లూస్ టీమ్‌ను, క్రైమ్ బ్రాంచ్ పోలీసులను రప్పించి ఆధారాలు సేకరించారు. 12 గ్రాముల చొప్పున 6 గాజులు (72 గ్రాము లు బంగారం), రూ.2 లక్షలు నగదుతో పాటు విలువైన వస్తువులు దొంగిలించబడినట్టు యజమాని గుమాస్తా గనిశెట్టి బాలాజీ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. కేసు దర్యాప్తు చేస్తున్నట్టు ఎస్సై అశోక్ తెలిపారు.

న్యాయం చేసే వారికే మద్దతు

- 'జయలక్ష్మి' చైర్మన్ త్రినాథరావు
- ఎన్నికల్లో స్వతంత్రులను నిలబెడతామని ప్రకటన



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న జయలక్ష్మి వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధి నరసింహారావు

కాకినాడ రూరల్: జయలక్ష్మి సొసైటీ బాధితులకు భరోసా ఇచ్చే రాజకీయ పార్టీలకే మద్దతిస్తామని ఆ సంక్షేమ సంఘం నాయకులు పేర్కొన్నారు. సర్పవరం జంక్షన్‌లోని సొసైటీ ప్రధాన శాఖ వద్ద శనివారం సంఘం ఆధ్వర్యంలో బాధితులంతా సమావేశమయ్యారు. కొత్తగా ఏర్పాటు చేసిన సంఘం నాయకులు విశ్వనాథ్ (బాలు), అంగర నరసింహరావు. చిప్పల శంకరరావు, పల్లంరాజు, రవిశంకర్, కృష్ణారావు తదితరులు సమావేశానికి నాయకత్వం వహించారు. తమకు అన్యాయం జరిగి రెండేళ్లు అవుతున్నా, బాధితుల కుటుంబ సభ్యుల్లో సుమారు 50 మంది మృతి చెందినా తమకు ఎవరూ న్యాయం చేయలేదని వాపోయారు. తమకు న్యాయం చేసే రాజకీయ పార్టీలకు మద్దతు ఇద్దామని అసోసియేషన్ తరఫున విశ్వనాథ్, నరసింహారావు తదితరులు పేర్కొన్నారు. లేకుంటే బాధితులు ఉన్న నియోజకవర్గాల్లో తామే స్వతంత్ర అభ్యర్థులుగా నిలబెడతామని వారు పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కొత్త పాలకవర్గం పురోగతి చైర్మన్ గంగిరెడ్డి త్రినాథరావు, డైరెక్టర్లు వివరిస్తూ రుణగ్రహీతలకు చెందిన సుమారు రూ.300 కోట్ల ఆస్తులను ఇప్పటికే అధికారులు సీజ్ చేశారని, మరో రూ.200 కోట్ల విలువైన ఆస్తులు గుర్తించామన్నారు. వాటిని విక్రయిస్తే డిపాజిటర్లకు పంచవచ్చని అన్నారు.

వార్డెన్‌పై డీబీడబ్ల్యూఓ విచారణ



వసతిగృహంలో రికార్డులు పరిశీలిస్తున్న బీసీ సంక్షేమ అధికారి సాంబమూర్తి

కాట్రేనికోన: కాట్రేనికోన బాలుర బీసీ సంక్షేమ శాఖ వసతి గృహంలో విద్యార్థిపై వార్డెన్ రమణ దాడి చేయడంతో పాటు విద్యార్థులను అసభ్య పదజాలంతో దూషించాడనే ఫిర్యాదుపై జిల్లా బీసీ సంక్షేమ శాఖ అధికారి వై సాంబమూర్తి శనివారం విచారణ జరిపారు. వసతి గృహంలో చదువుతున్న పదో తరగతి విద్యార్థి వీర రాఘవను వార్డెన్ కాలితో తన్నడంతో పాటు అసభ్య పదజాలంతో దూషించడంతో స్థానిక సర్పంచికి గంటి వెంకట సుధాకర్ రోదిస్తూ ఫిర్యాదు చేశాడు. ప్రచార మాధ్యమాలలో వచ్చిన ఈ విషయమై జిల్లా అధికారి స్పందిస్తూ బాధ్యులపై శాఖా పరమైన చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. వసతి గృహాన్ని పరిశీలించిన అనంతరం ఆయన మరుగుదొడ్లను శుభ్రం చేయించారు. మౌళిక వసతులు కల్పించేందుకు కృషి చేస్తానని, విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనం అందించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

ఆదిత్యలో ఘనంగా అచీవర్స్ డే



కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు

గండేపల్లి: మండలంలోని సూరంపాలెం ఆదిత్య ఇంజినీరింగ్ క్యాంపస్‌లో శనివారం అచీవర్స్ డే వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. 2023–24 విద్యా సంవత్సరంలో ఫైనల్ ఇయర్ చదువుతూ వివిధ కంపెనీలలో ఉద్యోగాలు పొందిన 1,470 మంది విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులను ఘనంగా సన్మానించారు. తమ విద్యార్థులు 33, 37, 25, 28, 29, 19 లక్షల వార్షిక వేతనాలతో జపాన్ వంటి దేశాలలో ఉద్యోగాలు పొందినట్టు కళాశాలల వైస్ చైర్మన్ ఎస్.సతీష్ రెడ్డి తెలిపారు. విద్యార్థులను, తల్లితండ్రులను ప్రశంసా పత్రం, జ్ఞాపిక, దుశ్శాలువాతో ఘనంగా సత్కరించారు.

సమస్య చెబితే.. నిలదీయడమా?

- 'ఈనాడు'పై ఆ మహిళ అసహనం
- ద్వారంపూడి హయాంలోనే అభివృద్ధి అని స్పష్టీకరణ



మాట్లాడుతున్న ఏటిమొగకు చెందిన పట్టా వీరవేణి, మత్స్యకార మహిళలు

కాకినాడ: ఎన్నికల ప్రచారంలో ఎమ్మెల్యే ద్వారంపూడి చంద్రశేఖరరెడ్డిని ఏటిమొగ ప్రాంత మహిళలు నిలదీశారంటూ ఈ నెల 21వ తేదీన 'ఈనాడు'లో వచ్చిన కథనంపై ఆ ప్రాంత మహిళలు తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజాప్రతినిధులు మా గడప వద్దకు వచ్చినప్పుడు సమస్యలు చెప్పుకోకూడదా? అది నిలదీయడం అవుతుందా? అంటూ ప్రశ్నించారు. ఈ నాడు కథనం నేపథ్యంలో ఎమ్మెల్యేను నిలదీసినట్లుగా తప్పుడు ప్రచారానికి కారణమైన పట్టా వీరవేణి అనే మత్స్యకార మహిళ విలేకర్ల వద్ద తన అసహనాన్ని వ్యక్తం చేసింది. ఎమ్మెల్యే ద్వారంపూడి తమ వద్దకు ఎన్నికల ప్రచారానికి వచ్చిన సమయంలో ఓఎన్‌జీసీ పరిహారం అందడంలేదని, ఎన్నికల లోపు ఆ సొమ్ము వచ్చేలా చూడాలని ఎమ్మెల్యేను అడిగామన్నారు. దీనిని మత్స్యకార మహిళలు నిలదీసినట్టు చెప్పడం సరికాదన్నారు. ద్వారంపూడి ఎమ్మెల్యే అయ్యాక తమ సమస్యలు పరిష్కరించారని, ఆయనను తాము ఎందుకు నిలదీస్తామని ప్రశ్నించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే ద్వారంపూడి మాట్లాడుతూ ఈనాడు, ఈటీవీ, ఏబీఎన్, ఆంధ్రజ్యోతి, టీవీ5 వంటి మీడియా సంస్థలు ఉద్దేశపూర్వకంగా దుష్ప్రచారం చేస్తున్నాయని మండిపడ్డారు. ఈ అంశంపై ఆయన విలేకర్లతో మాట్లాడుతూ ఏటిమొగలో ప్రజలు బ్రహ్మరథం పట్టారని, గతంలో ఎన్నడూ లేనంతగా 1800 మంది ఏటిమొగ వాసులకు పట్టాలు ఇచ్చామన్నారు. అందువల్లే ధైర్యంగా ఆ ప్రాంతంలోకి వెళ్లగలుగుతున్నామన్నారు. వాస్తవాలను వక్రీకరించి దుష్ప్రచారాలు చేస్తున్న సదరు మీడియా సంస్థలు సిటీ పరిధిలోని 43 డివిజన్లలో ఎక్కడికి రమ్మంటారో పిలిస్తే వచ్చి ప్రజల ముందుకు చర్చకు సిద్ధమని ఎమ్మెల్యే స్పష్టం చేశారు. వాస్తవాలను వక్రీకరించి బురదచల్లడం మానుకోవాలని ఆయన హితవు పలికారు.

31న చదరంగం పోటీలు

ప్రకాశం నగర్ (రాజమహేంద్రవరం): శ్రీ చెస్ 64 అకాడమీ ఆధ్వర్యంలో ఇన్నీసుపేటలోని అల్యూమినీయం అసోసియేషన్ హాలులో ఈ నెల 31న రాష్ట్రస్థాయి ఓపెన్ ర్యాపిడ్ చదరంగం పోటీలు నిర్వహిస్తున్నట్లు టోర్నమెంట్ నిర్వాహకుడు పిండి హరిప్రసాద్ తెలిపారు. ఈ పోటీల్లో పాల్గొనే క్రీడాకారులు ప్రవేశ రుసుం రూ.600 చెల్లించాలన్నారు. క్రీడాకారులకు ఉచితంగా భోజనం, స్నాక్స్ అందజేస్తామని తెలిపారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులకు, విభిన్న ప్రతిభావంతులు ప్రవేశ రుసుంగా రూ.300 చెల్లిస్తే సరిపోతుందన్నారు. విజేతలకు రూ.60,116 నగదు బహుమతులతో పాటు 63 ట్రోఫీలు, 30 స్వర్ణ పతకాలను అందజేస్తామన్నారు. మరిన్ని వివరాలకు 98490 74525, 80740 94949 ఫోన్ నంబర్లను సంప్రదించాలని కోరారు.

వైరల్



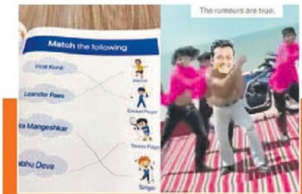
నా స్టూడెంట్ టీచర్ అయింది!

'ఎక్స్'లో రేవ్ అనే టీచర్ తన స్టూడెంట్ ఆలీషా గురించి చేసిన పోస్ట్ వైరల్ అయింది. స్కూల్ రోజుల్లో ఆలీషా అల్లరిపిల్ల. రేవ్ మాటల్లోనే చెప్పాలంటే రెబెల్. 'ఈ అమ్మాయి భవిష్యత్ ఎలా ఉండబోతుందో' అంటూ ఆలీషా గురించి బెంగపడేది రేవ్. కట్ చేస్తే... ఆలిషా ఇప్పుడు ముంబైలోని ఒక స్కూల్‌లో స్పెషల్ నీడ్స్ చిల్డ్రన్స్‌కు టీచర్. 'మొండిఘటం. ఏ పనీ చేయలేదు... అని నా గురించి రేవ్ టీచర్‌కు చెప్పేవారు. అయితే టీచర్ మాత్రం నన్ను ఎప్పుడూ ప్రేమగా చూసుకునేది. అలాంటి ప్రేమను స్పెషల్ నీడ్స్ చిల్డ్రన్స్‌కు పంచాలనుకుంటున్నాను' అంటుంది ఆలీషా.



ఈ హోలీ రంగులను హాయిగా తినవచ్చు!

ముంబైకి చెందిన ఇద్దరు సోదరుల ఇన్‌స్టాగ్రామ్ పోస్ట్ నెటిజనులను ఆకట్టుకుంటోంది. గౌరంగ్, సౌరభ్ అనే సోదరులు 'మాంక్స్ బూఫీ' బ్రాండ్‌పై 'అబీర్ హోలి కలర్స్' పేరుతో సహజ రంగులను మార్కెట్‌లోకి తీసుకువచ్చారు. పువ్వులు, మొక్కజొన్న పిండి... మొదలైన వాటితో భిల్ తెగ గిరిజనులు తయారు చేసిన ఈ రంగులను తినవచ్చు కూడా!



లియాండర్ పేస్... ప్రముఖ డ్యాన్సర్!

'ఎక్స్'యూజర్ పృథ్వీ తన చిన్నారి మేనకోడలు వర్క్‌బుక్ నుంచి పోస్ట్ చేసిన స్నాప్‌చాట్ నెట్‌లోకంలో నవ్వులు పూయిస్తోంది. ఈ వర్క్‌బుక్‌లో'మ్యాచ్ ది ఫాలోయింగ్' శీర్షిక కింద ఎడమవైపు ప్రముఖుల పేరు, కుడివైపు ఆయా రంగాలకు సంబంధించిన బొమ్మలు ఇచ్చారు. ఏ వ్యక్తి ఏ రంగానికి చెందిన వారో జత చేయాలి. విరాట్ కోహ్లీ–క్రికెటర్, లతా మంగేష్కర్–సింగర్... ఇలా అన్నిటికీ కరెక్ట్‌గానే జత చేసింది ఆరు సంవత్సరాల చిన్నారి. అయితే లియాండర్ పేస్ దగ్గరే వచ్చింది పేచీ. ప్రభుదేవాతో పాటు లియాండర్ పేస్‌ను కూడా డ్యాన్సర్‌ని చేసింది. ఇది చూసి సరదాకారులు ఊరుకుంటారా ఏమిటి? మీమ్సే మీమ్స్!

వేడి వేడి ప్రెషర్ కుకర్ ఉండగా... ఐరన్ బాక్స్ దండగా

'లిమిటెడ్ రీసోర్స్ నుంచే కొత్త ఐడియాలు జనించునోయి' అని మరో సారి చెప్పడానికి ఈ వైరల్ వీడియో క్లిప్ సాక్ష్యం. కోల్‌కతాకు చెందిన మౌమితా చక్రవర్తి వేడి వేడి ప్రెషర్ కుక్కర్‌ను ఉపయోగించి షర్ట్‌ను ఐరన్ చేస్తున్న వీడియోను ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేసింది. ట్విట్టర్‌లో రీపోస్ట్ చేసిన ఈ వీడియో రెండు లక్షల యాభై వేల వ్యూస్‌ను దాటింది.





లవ్ స్కానింగ్

ముంబైలోని మహాలక్ష్మీ రేస్‌కోర్స్ ప్రాంతంలో జరిగిన మ్యూజిక్ ప్రోగ్రామ్‌కు హాజరైన ఒక యువకుడి టీ షర్ట్ అందరి దృష్టిని ఆకర్షించింది. 22 సంవత్సరాల హార్దిక్ టీ షర్ట్ వెనకాల ఐ–క్యాచింగ్ మెసేజ్ 'ఫర్ సింగిల్ పీపుల్ వోన్లీ'తోపాటు క్యూ ఆర్ కూడా ఉంది. క్యూ ఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేస్తే నేరుగా అతడి టిండర్ ప్రొఫైల్‌లోకి తీసుకువెళుతుంది. హార్దిక్ డిజిటల్ ఫ్లర్టింగ్ అనేది టాకింగ్ పాయింట్ కావడమే కాదు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయింది

బయోపిక్

**సినిమాలు పాత కథలను తవ్వి పోస్తున్నాయి.
చరిత్ర గతిని వెండి తెర మీద పునఃసృష్టిస్తున్నాయి.
స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో ఎన్నో ఘట్టాలు. ఎందరో త్యాగమూర్తులు.
కాని పురుషుల బయోపిక్‌లు వచ్చినట్టుగా స్త్రీలవి రాలేదు.
తాజాగా విడుదలైన 'అయ్ వతన్ మేరే వతన్' సినిమా
నాటి వీర వనిత ఉషా మెహతా జీవితాన్ని చూపింది.
బ్రిటిష్‌కు వ్యతిరేకంగా సీక్రెట్ రేడియో నడిపిన ఉషా మెహతా ఎవరు?**

వెండి తెర మీద రహస్య రేడియో


ఉషా మెహతా

'దీసీజ్ కాంగ్రెస్ రేడియో కాలింగ్ ఆన్ 42.34 మీటర్స్ సమ్‌వేర్ ఇన్ ఇండియా'... ఈ అనౌన్స్‌మెంట్ బ్రిటిష్ వారిని గడగడలాడించింది. మునికాళ్ల మీద పరిగెత్తిచ్చింది. ఒక బుల్లి రహస్య రేడియో స్టేషన్‌ని, దాని నిర్వాహకులను అరెస్ట్ చేయడానికి పిచ్చెక్కినట్టు తిరిగేలా చేసింది. మూడు నెలల పాటు బ్రిటిష్‌వారిని ముప్పుతిప్పలు పెట్టిన ఆ రేడియో నిర్వాహకురాలి పేరు ఉషా మెహతా.

గాంధీ పిలుపు విని...

ఉషా మెహతా గుజరాత్‌లోని సూరత్ సమీపంలో ఉన్న సారస్ అనే ఊళ్లో 1920లో జన్మించింది. ఐదేళ్ల వయసులో గాంధీజీని అహ్మదాబాద్‌లో చూసింది. 8 ఏళ్ల వయసులో వాళ్ల ఊరి దగ్గర గాంధీజీ చరఖా కార్యక్రమం నిర్వహిస్తే ఉషా పాల్గొని కొద్దిసేపు చరఖా తిప్పింది. బాల్యంలోనే గాంధీజీ మీద గొప్ప భక్తి పెంచుకున్న ఉషా 12 ఏళ్ల వయసులో తండ్రి వృత్తిరీత్యా బొంబాయికి మారడంతో తన దేశభక్తిని చాటుకునే అవకాశం పొందింది.

డూ ఆర్ డై

1942 ఆగస్టు 8న బొంబాయిలో గాంధీజీ క్విట్ ఇండియా పిలుపునిచ్చారు. 'డూ ఆర్ డై' లేదా 'కరో యా మరో' నినాదాలు మిన్నంటాయి. 'ఇక భారత ప్రజలు నాయకుల కోసం ఎదురు చూడొద్దు. ప్రజలే నాయకులు' అని గాంధీజీ పిలుపునిచ్చారు. 22 ఏళ్ల ఉషా మెహతా తన స్నేహితులైన విఠల్ దాస్ ఖాకడ్, చంద్రకాంత్ ఝవేరీ, బాబూభాయ్ ఠక్కర్‌లతో కలిసి ఆ మీటింగ్‌కు వెళ్లింది. ఉత్తేజితురాలైంది. అప్పటికే స్వతంత్రోద్యమ వార్తల మీద బ్రిటిష్ ప్రభుత్వం నిషేధం విధించింది. ఉద్యమం ఉధృతం కావాలంటే రేడియో మాధ్యమం ద్వారా వార్తలు అందించాల్సిన అవసరం ఉందని ఉషా మెహతా తన స్నేహితులతో చెప్పింది. దేశం కోసం ఏ త్యాగానికైనా సిద్ధపడాలని పిలుపునిచ్చింది.


'అయ్ వతన్ మేరే వతన్'లో సారా అలీఖాన్

రహస్య కాంగ్రెస్ రేడియో

బ్రిటిష్ ప్రభుత్వంలో జడ్జిగా పని చేస్తున్న తండ్రి నివారించినా వినకుండా ఇంటి నుంచి వెళ్లిపోయిన ఉషా బొంబాయిలో షికాగో రేడియో ట్రాన్స్‌మిషన్‌ను చూస్తున్న మరో మిత్రుడు మోత్వాని సహాయంతో సొంత ట్రాన్స్‌మిటర్‌ను సంపాదించింది. మిత్రులతో ఒక ఫ్లాట్ అద్దెకు తీసుకుని రేడియో స్టేషన్‌గా మలిచింది. ఆగస్టు 27, 1942న మొదటి చరిత్రాత్మక ప్రసారాన్ని సొంత గొంతుతో చేసింది. 'దిసీజ్ కాంగ్రెస్ రేడియో 42.34 మీటర్స్ సమ్‌వేర్ ఇన్ ఇండియా'... అంటూ స్వాతంత్రోద్యమ వార్తలు వినిపించింది. ఆ క్షణం నుంచి ఆ రహస్య రేడియో కోసం బ్రిటిష్ అధికారులు, పోలీసులు కంటి మీద కునుకు లేకుండా వెతకసాగారు. ప్రసారాలు బొంబాయి నుంచే నిర్వహిస్తున్నా దేశంలో ఎక్కడి నుంచి అవుతున్నాయో తెలియక గింజుకున్నారు.

మూడు నెలలు

రహస్య రేడియో ప్రసారాలు మూడు నెలలు సాగాయి. కాని పరికరాలు సమకూర్చిన మోత్వాని లొంగిపోయి రేడియో స్టేషన్ చిరునామా చెప్పేశాడు. నవంబర్ 12, 1942న పోలీసులు దాడి చేసి ఉషా మెహతాను అరెస్ట్ చేశారు. ఆరు నెలల పాటు ఆమెను ఇంటరాగేట్ చేశారు. 4 ఏళ్ల జైలు శిక్ష పడింది. ఉషా ఏ మాత్రం జంకలేదు. 1946 నాటి మధ్యంతర ప్రభుత్వ హయాంలో మురార్జీ దేశాయ్ హోమ్ మినిస్టర్‌గా ఉండగా ఆమె విడుదల జరిగింది. కాని జైలు జీవితం ఆమె ఆరోగ్యాన్ని బాగా దెబ్బ తీసింది. బయటకు వచ్చాక ఆమె చదువు కొనసాగించి ముంబై యూనివర్సిటీలో ప్రొఫెసర్‌గా పనిచేసి 1980లో రిటైర్ అయ్యింది. గాంధీజీ భావజాలాన్ని ప్రచారం చేస్తూ 2000 సంవత్సరంలో తుది శ్వాస విడిచింది.

ఉషా మెహతా జీవితం ఆధారంగా నిర్మించిన బయోపిక్ 'అయ్ వతన్ మేరే వతన్' అమేజాన్‌లో మార్చి 21న విడుదలైంది.

హెల్త్

వృత్తిపరమైన శబ్దాలు... వినికిడి సమస్యలు!

చెవులకు హెడ్‌ఫోన్స్ తగిలించుకుని... కళ్లను కంప్యూటర్ స్క్రీన్‌కు అప్పగించి గంటలు గంటలు ఉద్యోగం చేసే వాళ్లను ఐటీ ఆఫీసుల్లో చూస్తుంటాం. పైకి స్టయిలిష్‌గా కనిపించినా దీర్ఘకాలంలో ఇలాంటి ఉద్యోగాలు వినికిడి శక్తిని దెబ్బతీస్తాయి. ప్రకంపనలు నేరుగా చెవుల్లోకి చొచ్చుకెళ్లి కర్ణభేరిని తాకుతుండటం వల్ల వినికిడి వ్యవస్థ (ఆడిటరీ సిస్టమ్)కు హాని జరిగే అవకాశాలు ఎక్కువ. వృత్తిపరంగా వచ్చే ఈ వినికిడి సమస్యల నివారణ, దానిని అధిగమించడం ఎలా అనే దానిపై అవగాహన కోసం ఈ కథనం.



పని ప్రదేశమంటే పట్టణాలు, నగరాల్లో రకరకాల వస్తు తయారీ పరిశ్రమలు, గనుల తవ్వకం, భారీ యంత్రసామగ్రి, ఉపకరణాల చప్పుళ్లే కాదు... పల్లెల్లోని వ్యవసాయ పనుల్లోనూ మోటర్ల వాడకం... వంటివి శబ్దాలకు కారణమై దీర్ఘకాలంలో వినికిడి సమస్యలకు దారితీసేవి. దీనికి తోడు నిశ్శబ్దంగా ఉండే పని ప్రదేశంలోనూ హెడ్‌ఫోన్స్, ఇయర్‌ఫోన్స్ వాడకమూ పెరగడంతో వినికిడి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలూ పెరిగాయి.

మరికొన్ని అంశాలు...

- **శబ్దాల తీవ్రత :** శబ్దాల తీవ్రత 85 డెసిబుల్స్‌కు మించడం.
- **శబ్దాలకు ఎక్స్‌పోజ్ అయ్యే వ్యవధి :** శబ్దాలకు ఎంత ఎక్కువగా ఎక్స్‌పోజ్ అయితే వినికిడి సమస్యకు అంతగా అవకాశం ఎక్కువ. ● తమ ప్రమేయం లేకుండానే మరికొన్ని అంశాలు కూడా వృత్తిపరమైన వినికిడి సమస్యకు కారణమవుతాయి. ఉదాహరణకు జన్యుపరంగా వచ్చే సమస్యల తోపాటు వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ వినికిడి శక్తి తగ్గడం వంటివి


డాక్టర్ మోగంటి అశోక్ పృథ్వీరాజు, కన్సల్టెంట్ ఈఎన్‌టీ సర్జన్

వృత్తిపరమైన వినికిడి సమస్యలు ప్రభావాలూ - పర్యవసానాలు

- **కమ్యూనికేషన్స్ కష్టం కావడం :** మాటలు అర్థంగాక కమ్యూనికేషన్‌కు అవరోధాలు ఏర్పడతాయి. ఫలితంగా చేయాల్సిన పనులు కుంటుపడతాయి.
- **వృత్తిపరమైన సామర్థ్యాలు తగ్గడం :** వినికిడి సమస్యలు పెరగడంతో వృత్తిపరమైన సామర్థ్య లోపాలు కనిపిస్తాయి.
- **భద్రతలో ముప్పు :** కొన్ని శబ్దాలు వినిపించకపోవడం లేదా కొన్ని హెచ్చరికలను వినలేకపోవడంతో పని ప్రదేశంలో ప్రమాదాలకు గురికావడం, గాయపడటం వంటి ముప్పు ఉంటుంది.
- **మానసికమైన దుష్ప్రభావాలు :** తమకు సరిగా వినిపించడం లేదన్న వాస్తవం చాలామందిని సామాజిక ఒంటరితనంలోకి నెడుతుంది, యాంగ్జైటీ, డిప్రెషన్‌కు లోనవుతారు.

నివారణ...

వినికిడి సమస్యలు రెండు రకాలు. మొదటిది తాత్కాలికం. రెండోది శాశ్వతం. తాత్కాలిక సమస్య తగ్గేందుకు అవకాశాలు ఎక్కువే అయినా ఒకసారి వినికిడి సమస్య ఏర్పడితే అది పూర్తిగా నయం కావడం కష్టం. శాశ్వత వినికిడి సమస్యకు దారితీసే అవకాశాలు ఎక్కువ. అందుకే నివారణకు ముందు నుంచే తగిన చర్యలు తీసుకోవాలి. అవి...

- **ఇంజనీరింగ్ కంట్రోల్స్‌తో :** శబ్దాలు తక్కువగా వచ్చేలాంటి యంత్రాల రూపకల్పన, ఆ మేరకు మార్పులు, సౌండ్‌ప్రూఫింగ్, మెటీరియల్ మార్చడం ద్వారా తక్కువ శబ్దాలు వచ్చే ఉపకరణాల తయారీ వంటి జాగ్రత్తలు పాటించడం.
- **వ్యక్తిగతమైన రక్షణ ఉపకరణాలు :** శబ్దాల విపరీతంగా వినిపించే చోట చెవులను రక్షించే కొన్ని సాధనాలు (ఉదాహరణకు ఇయర్ ప్లగ్స్ లాంటివి) వాడటం.
- **శిక్షణ – అవగాహనలు :** పెద్ద శబ్దాలతో చెవులు, వినికిడి విషయంలోనే గాక ఇతరత్రా ఆరోగ్య అంశాల్లో కలిగే చేటు వంటి అంశాలపై అవగాహన కల్పించడం, వాటి నివారణకు అవసరమైన చర్యల్లో శిక్షణ ఇవ్వడం, శబ్దాలను ఎలా నియంత్రించాలో తెలపడం, వినికిడి తగ్గినట్లుగా తెలుసుకునే లక్షణాలను గుర్తించడమెలా అన్న విషయంపై అవగాహన కల్పించడం, ఆ తర్వాత చేయాల్సిన పనులు, డాక్టర్లను కలవాల్సిందెప్పుడో తెలుసుకునేలా వివరించడం.

నిర్ధారణ పరీక్షలు...

ఆడిటరీ పరీక్షలు అని పిలిచే కొన్ని రకాల వినికిడి సామర్థ్య పరీక్షలతో పాటు మరికొన్ని ఇతరత్రా సాధారణ ఆరోగ్య పరీక్షలు.

చికిత్స...

- తాత్కాలిక వినికిడి సమస్యలు కలిగినప్పుడు వెంటనే డాక్టర్‌ను కలిస్తే వారు తగిన చర్యలను సూచించి, పరిస్థితి మరింత దిగజారకుండా చేస్తారు. ● కొన్నిసార్లు కాక్లియాలో సమస్యలు వచ్చినప్పుడు (సడన్ హియరింగ్ లాస్ లేదా కాక్లియార్ మైక్రో సర్క్యులేషన్ డిస్టర్బెన్సెస్ వంటి కేసుల్లో) కొన్ని రకాల స్టెరాయిడ్స్ ద్వారా వినికిడిని మెరుగుపరచేందుకు ప్రయత్నిస్తారు.
- కొన్ని రకాల వినికిడి సమస్యలకు తగిన వినికిడి ఉపకరణాలను బాధితులకు తగిన ఫ్రీక్వెన్సీలో అమర్చడం ద్వారా సమస్యను చక్కదిద్దుతారు. ● మరికొన్ని రకాల వినికిడి సమస్యలకు చివరి పరిష్కారంగా శస్త్రచికిత్స కూడా అవసరం పడవచ్చు.

మెడి టిప్

పాదాల నొప్పి తగ్గడం ఎలా?



మడమ కింది భాగం నుంచి కాళ్ల వేళ్ల వద్ద ఉండే ఎముకల వరకు... మొత్తం పాదాన్నంతా 'ప్లాంటార్ ఫేషియా' అంటారు. అది ఎముకనూ, కండరాలనూ కలుపుతుంది. దీనికి సాగే గుణం ఎక్కువ. ఈ ఫేషియాకు గాయం తగిలినా లేదా వయసు పెరిగే కొద్దీ ఫేషియా సాగే గుణం తగ్గడం వల్ల పాదాల నొప్పి రావడం సాధారణం.

పాదాల నొప్పుల తగ్గడానికి కొన్ని సూచనలు...

● పాదంపై పడే భారాన్ని బాగా తగ్గించి, తగినంత విశ్రాంతినివ్వాలి. ● పాదం మధ్యలో ఒంపు తిరిగి ఉన్న భాగానికి సపోర్ట్ ఇచ్చేలా ఉండే పాదరక్షలను ఎంచుకోవాలి. ● ఫేషియాను సాగేలా చేసేవీ, కాలి కండరాలను బలపరిచేవీ అయిన కొన్ని రకాల వ్యాయామాల సహాయంతో పాదాల నొప్పులు తగ్గుతాయి. ఈ సూచనలు పాటించాక కూడా నొప్పి తగ్గకపోతే అప్పుడు డాక్టర్‌ను తప్పక సంప్రదించాలి.

ప్రతి మహిళా గర్భం ధరించినప్పటినుంచి కొన్ని వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. మరికొన్ని గర్భవతి కాకముందే తీసుకోవాల్సినవీ ఉంటాయి. అలాగే గర్భవతులు అసలు తీసుకోకూడని వ్యాక్సిన్లు కూడా ఉండవచ్చు. అందుకే ఇన్ఫెక్షన్లు రాకుండా ఉండేందుకు తీసుకోవాల్సిన వ్యాక్సిన్ల గురించి మహిళలకు... ముఖ్యంగా కుటుంబ సభ్యులకు అవగాహన ఉండాలి. సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ (సీడీసీ) మార్గదర్శకాల ప్రకారం... గర్భిణులూ - వారు తీసుకోవాల్సిన వ్యాక్సిన్లపై అవగాహన కోసం ఈ కథనం.

గర్భిణులు... వ్యాక్సిన్‌లు!



ముందే తీసుకోవలసిన వ్యాక్సిన్లు

ప్రెగ్నెన్సీకి ప్లాన్ చేసుకున్నప్పుడే మీజిల్స్, మంప్స్, రుబెల్లా, చికెన్ పాక్స్ వంటి వ్యాక్సిన్లను తీసుకోవాలి. ఎందుకంటే గర్భం ధరించిన తర్వాత ఈ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవడం మంచిది కాదు. రొటీన్ వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమంలో భాగంగా మీజిల్స్, మంప్స్, రుబెల్లా (ఎమ్ఎమ్ఆర్) వంటి వ్యాక్సిన్‌లను చిన్నప్పుడు తాము తీసుకున్నారా లేదా అనే సందేహం ఉంటే ఆ విషయాన్ని డాక్టర్‌తో తప్పక చెప్పాలి. అప్పుడు ఒక రక్తపరీక్ష ద్వారా ఆ మహిళ ముందుగానే ఎమ్ఎమ్ఆర్ వ్యాక్సిన్ తీసుకొని ఉన్నారా, లేదా నిర్ధారణ చేసి అంతకుముందు తీసుకుని ఉండకపోతే ఇస్తారు.

- **గర్భిణికి వారిసెల్లా (చికెన్‌పాక్స్) వైరస్** వల్ల బిడ్డలో పుట్టుకతోనే కొన్ని సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఒక చిన్న రక్తపరీక్షతో గతంలోనే చికెన్‌పాక్స్ వ్యాక్సిన్ తీసుకున్నారో లేదో తెలుసుకుని, తీసుకోకపోతే ప్రెగ్నెన్సీ ప్లానింగ్‌కు నెల రోజుల ముందే దాన్ని తీసుకోవడం మంచిది.
- **హ్యూమన్ పాపిలోమా వైరస్:** హెచ్‌పీవీ అని పిలిచే ఈ వ్యాక్సిన్‌ను అమ్మాయిలు తమ పన్నెండేళ్ల వయసు నాటి నుంచి 45 ఏళ్ల వరకు ఎప్పుడైనా తీసుకోవచ్చు. అయితే గర్భం దాల్చకముందే దీన్ని తీసుకోవాలి. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు తీసుకోకూడదు. అవసరమైతే ఆ తర్వాత (అంటే ప్రెగ్నెన్సీ లేని టైమ్‌లో) తీసుకోవచ్చు.

ప్రతి గర్భిణీ తీసుకోవాల్సిన వ్యాక్సిన్‌లు...

- **ఇన్‌ఫ్లుయెంజా (ఫ్లూ) వ్యాక్సిన్:** మహిళలందరూ దీన్ని తీసుకోవాలి, గర్భవతులు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలి. గర్భధారణ సమయంలో దీన్ని తీసుకోవడం వల్ల పిండంపై దుష్ప్రభావం పడుతుందా లేదా అనే దిశగా ఎటువంటి అధ్యయనాలు లేవు. అయితే గర్భం ధరించి ఉన్నప్పుడు తీసుకుంటే బిడ్డ పుట్టాక మొదటి ఆర్నెల్లపాటు చిన్నారికీ అది రక్షణ ఇస్తుంది. కాబట్టి నిర్భయంగా తీసుకోవచ్చు. ఫ్లూ వల్ల గర్భవతిలో చలి జ్వరం, కండరాల నొప్పులు, దగ్గు, గొంతు బొంగురు పోవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.
- **టెటనస్, డిఫ్తీరియా, పెర్టుసిస్ (డీపీటీ) వ్యాక్సిన్ :** బాధితుల్లో ఒకవేళ టెటనస్ వచ్చినట్లయితే కండరాలు బిగుసుకు పోయినట్లుగా అయ్యి, అసాధారణంగా ప్రవర్తిస్తాయి. డిఫ్తీరియా వస్తే గొంతు లోపల వెనక భాగంలో ఒక మందపాటి పొరగా ఏర్పడి, శ్వాస సమస్యలకు కారణమవుతుంది. ఆగకుండా వచ్చే 'కోరింత దగ్గు' (పెర్టుసిస్) మహిళల్ని ఎంతో బాధిస్తుంది. అందుకే ఈ మూడు ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షించుకోడానికి గర్భవతి విధిగా డీపీటీ వ్యాక్సిన్ తీసుకోవాలి.

టీ డాప్ అంటూ సంక్షిప్తంగా పిలిచే ఈ వ్యాక్సిన్‌ను గర్భం ధరించిన ప్రతిసారీ... గర్భధారణ తర్వాత 20 వారాలప్పుడు తీసుకోవాలి. కుదరని పక్షంలో 27వ వారం నుంచి 36వ వారం మధ్యలోనూ తీసుకోవచ్చు.

హెపటైటిస్ బి వ్యాక్సిన్ : కాలేయానికి ఇన్‌ఫ్లమేషన్ (వాపు, మంట) కలగజేసే హెపటైటిస్ బి వైరస్ చాలా తీవ్రమైనది. అందుకే హెపటైటిస్ బిని నివారించడానికి ఇప్పుడు బిడ్డ చిన్నవయసులో ఉండగానే మూడు మోతాదుల హెపటైటిస్ బి ఇవ్వడం మొదలైంది. ఈ వ్యాక్సిన్ తీసుకుంటే గర్భస్థ శిశువుకు హాని జరిగినట్టు ఎటువంటి అధ్యయనాలూ లేవు కాబట్టి నిర్భయంగా ఈ వ్యాక్సిన్ తీసుకోవచ్చు.


డా. కావ్యప్రియ వజ్రాల, కన్సల్టెంట్ అబ్‌స్టెట్రీషియన్ అండ్ గైనకాలజిస్ట్

కోవిడ్ వ్యాక్సిన్ : కోవిడ్ వ్యాక్సిన్ ఎప్పుడైనా తీసుకోవచ్చు. ప్రెగ్నెన్సీ టైమ్‌లో తీసుకున్నా ఇబ్బంది లేదు.

రెస్పిరేటరీ సిన్సిషియల్ వైరల్ వ్యాక్సిన్: ఈ వ్యాక్సిన్‌ను కూడా 32 వారాల నుంచి 36 వారాల ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలో తీసుకోవచ్చు.

కొందరికి మాత్రమే వాడాల్సిన వ్యాక్సిన్లు...

కొంతమంది గర్భవతులకు కొన్ని అంశాల్లో ముప్పును నివారించడానికి వారి పరిస్థితిని బట్టి వాళ్లు నిర్దిష్టంగా తీసుకోవాల్సిన వ్యాక్సిన్‌లు ఇవి...

న్యూమోకాకస్ వ్యాక్సిన్: న్యూమోకాక్సీ అనేది ఒక రకం బ్యాక్టీరియా. దీనివల్ల నిమోనియాతో పాటు మరెన్నో ఇన్ఫెక్షన్లు రావచ్చు. ఉదాహరణకు చెవి ఇన్ఫెక్షన్స్, మెనింజైటిస్ వంటివి. కొందరు హై రిస్క్ మహిళలకు న్యూమోకాకల్ ఇన్ఫెక్షన్స్ సోకకుండా ఈ వ్యాక్సిన్ వాడాలి. వాస్తవానికి ఈ వ్యాక్సిన్‌ను గర్భధారణకు ముందే ఇవ్వడం మంచిది. అయితే... ఇది గర్భధారణ తర్వాత మొదటి మూడు త్రైమాసికాలలో ఎప్పుడైనా తీసుకోవచ్చు.

ఎల్లో ఫీవర్ వ్యాక్సిన్ : ఇది విదేశాలకు చెందిన దోమల ద్వారా వ్యాపించే ఒక రకం వైరల్ జ్వరం. దీని వల్ల కాలేయం, కిడ్నీలు దెబ్బతినడమే కాదు... ఒక్కోసారి తీవ్ర అంతర్గత రక్తస్రావంతో మరణం కూడా సంభవించవచ్చు. ఈ వ్యాధి మన దేశంలో లేదు గానీ... గర్భధారణ సమయంలో వృత్తిపరంగా కొన్ని ఆఫ్రికా దేశాలకు వెళ్లాల్సిన మహిళలు తప్పనిసరిగా ఈ వ్యాక్సిన్ తీసుకోవాలి. ఇందుకోసం సాంక్రమిక వ్యాధుల (ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజెస్)కు చికిత్స చేసే నిపుణుల ఆధ్వర్యంలో తీసుకోవడం మంచిది.

గర్భిణికి ఇవ్వకూడని వ్యాక్సిన్

జీవించి ఉండే వైరస్‌తో తయారు చేసే వ్యాక్సిన్ అయిన జోస్టర్ వ్యాక్సిన్‌ను గర్భవతికి ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ ఇవ్వకూడదు. మామూలుగా దీన్ని 50 ఏళ్లు, అంతకు పైబడిన లేదా గర్భధారణ వయసు మీరిన వారికే ఎక్కువగా సిఫార్సు చేస్తుంటారు.

ఇవిగాక మరికొన్ని... ఇవేకాకుండా గర్భవతులు అవసరాన్ని బట్టి మరికొన్ని వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఉదాహరణకు కలరా, మెనింగోకోకస్, రేబీస్, జపనీస్ ఎన్‌కెఫలైటిస్, టైఫాయిడ్, హీమోఫీలస్ ఇన్‌ఫ్లుయెంజా బీ వంటి వ్యాక్సిన్లను... ఆయా మహిళల వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి... డాక్టర్ల సూచనలకు లోబడి తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.